

Programa y materiales para  
educadores de personas adultas

## ANEXO 1: ALFABETIZACIÓN MEDIÁTICA PARA SANITARIOS Y PADRES



**apricot**

**Planeta  
Ciencias**  
El poder de la ciencia



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.

Este producto intelectual ha sido concebido y desarrollado por la Asociación Estratégica en el marco del proyecto APRICOT bajo la coordinación y responsabilidad de *Šiuolaikinių didaktikų centras/ Modern Didactics Centre* (LT).

**Gracias a todos los socios por sus valiosas contribuciones:**

Apricot Training Management Ltd. (Reino Unido)  
ItF Institut Kassel e.V. – Frauencomputerschule (Alemania)  
Planeta Ciencias (España)

**Coordinador editorial:** Daiva Penkauskienė

**Autores:** Hilary Hale, Beate Hedrich, Betül Sahin, Alejandra Goded, Anca Dudau, Daiva Penkauskienė

**Consejo editorial:** Sophy Hale, Seda Gürcan, Konrad Schmidt, Cihan Sahin, Josafat Gonzalez Rodriguez, Roc Marti Valls, Virgita Valiūnaitė



This work is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> or send a letter to Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

**Mes/ Año:** Noviembre 2021



## Capítulo 9: Anexos

### Anexo 1: Alfabetización mediática para sanitarios y padres

#### Parte 1: Modo en que los niños pequeños perciben y usan los medios

Durante la infancia, entre los 0 y los 6 meses, las tareas principales son adaptarse al mundo fuera del útero, comer y dormir, y comenzar la interacción social a través de sonreír, arrullar y alcanzar personas y objetos. El contacto físico es esencial, con caricias suaves y reconfortantes, importantes para la facilitación real del crecimiento. La conexión con el cerebro a medida que este se va estructurando y continúa creciendo es crucial; Es muy probable que estos primeros puntos de contacto con el entorno influyan en las vías neuronales. Se sabe que la voz humana y la música suave alivian y estimulan la interacción, mientras que las voces y los ruidos fuertes producen una respuesta de sobresalto en todo el cuerpo, interfieren con la capacidad del bebé para comer y aumentan los niveles de la hormona del estrés. Los estímulos, especialmente la música, pueden tener un papel en la relajación y la calma; de forma natural, los padres cantan a sus bebés para calmarlos y consolarlos.

Desde los 6 meses hasta el año, el bebé continúa creciendo e interactuando con los demás. La exploración del mundo que le rodea a través del tacto y las sensaciones es esencial. El lenguaje comienza a través de interacciones recíprocas y el niño comienza a comprender la causa y el efecto. Todas estas tareas requieren un proceso interactivo. La forma no recíproca en la que operan los medios tradicionales, como la televisión, no proporciona el circuito de retroalimentación necesario para los niños de esta edad. Los bebés necesitan explorar a través de sus sentidos, obtener retroalimentación inmediata y luego repetir estas interacciones una y otra vez para aprender de ellas. Es muy probable que, a esta edad temprana, el aprendizaje cognitivo y emocional sea sinérgico, que aprender coger y comer alimentos se optimice para el desarrollo si esta actividad se lleva a cabo con un adulto cálido y alentador en lugar de frente a una pantalla que presenta imágenes y palabras no relacionadas con el comportamiento o los sentimientos del bebé.

Aparte de la música y el video chat ocasional con parientes lejanos, el mejor uso de los medios electrónicos en esta etapa puede ser no usarlos. La Academia Estadounidense de Pediatría desaconseja que los niños menores de 2 años vean la televisión, fomentando la interacción entre los niños adultos (como hablar, cantar o leer juntos) que promueve el desarrollo saludable del cerebro. Sin embargo, las encuestas a padres sugieren que muchos bebés y niños pequeños pasan bastante tiempo frente al televisor. Una encuesta de 2012 puso de manifiesto que en un día típico, los niños de entre 8 meses y 8 años están expuestos a casi 4 horas diarias de televisión de fondo, lo que

puede dañar la calidad de las interacciones entre padres e hijos. (En el caso de los bebés, es difícil cómo definir “ver”, ya que parece que no prestan atención a la televisión más que por breves períodos). Los efectos de la exposición a la televisión pueden variar según el temperamento del niño.

Entre 1 y 2 años, continúa el desarrollo de las habilidades motoras y del lenguaje intencional. Los niños comienzan a garabatear, lanzar la pelota, alimentarse solos, caminar y correr. Los medios pueden tener un papel en la enseñanza del idioma (aunque los libros impresos parecen tener una ventaja sobre los electrónicos) y, de nuevo, la música tiene el papel de calmar. Las imágenes visuales son fascinantes y, sin embargo, la capacidad para comprenderlas no está desarrollada y necesita una explicación de un adulto; la capacidad de aprender de una imagen de video es limitada. El aprendizaje óptimo en esta etapa depende de la interacción con otra persona que sea capaz de modificar continuamente su respuesta, ajustándose a lo que acaba de hacer el niño e idealmente a cómo se siente el niño (frustrado, ansioso, cansado, nervioso, etc.). Esto le permite al niño entender las cosas en pequeñas formas incrementales, avanzando un paso en el conocimiento y a la vez en la autoestima, a su propio ritmo individual. La televisión, incluso si está en segundo plano, puede interrumpir este jugar e interactuar con los padres. Sin embargo, dado que los niños pequeños estarán rodeados de pantallas y las usarán durante la niñez y la edad adulta, podría decirse que un énfasis exagerado en “protegerlos” de los medios de comunicación podría ser contraproducente.

## Parte 2: Años preescolares

A medida que la exploración continúa, de los 2 a los 5 años, el niño va avanzando más hacia la socialización con otros a través del juego. Empiezan a surgir habilidades del juego como compartir, turnarse y seguir reglas simples. Muchas habilidades adquiridas gradualmente durante los 3-4 años son en realidad habilidades de preparación escolar. Parte del contenido de los medios de comunicación está específicamente orientado a promover la preparación para la escuela, como los programas de Barrio Sésamo o Dora Exploradora. A menudo combinan desafíos cognitivos apropiados para el desarrollo, ritmo y repetición con personajes que tienen sentimientos y valores. Muchos otros programas no están orientados a las etapas de desarrollo de los niños. La visualización frecuente de dichos programas puede dificultar el rendimiento académico posterior. Los anuncios comerciales de comida, juguetes y juegos que los acompañan también pueden ser perjudiciales. Los niños de esta edad ven poca diferencia entre el contenido del programa y el comercial, y no comprenden la intención persuasiva de la publicidad. Más tiempo viendo la televisión y la presencia de la televisión en el dormitorio de un niño contribuye al aumento del riesgo de sobrepeso en edad preescolar.

Al igual que con la televisión, los efectos de los medios interactivos sobre el desarrollo cognitivo parecen estar relacionados con la idoneidad del software y la participación de los padres. Si bien los juegos interactivos tienen una mayor potencialidad para enseñar la relación causa y efecto, pueden limitar el juego de la imaginación dentro de la estructura del software en lugar de derivarse o relacionarse con la propia vida del niño. Los niños se benefician en su crecimiento social y emocional cuando sus propias experiencias y sentimientos se pueden representar con materiales creativos. Disfraces, mundos imaginarios creados con juguetes, dibujos, pinturas y creaciones de arcilla y cartón son solo algunos ejemplos de cómo el juego promueve la autoexpresión en esta etapa. Aún así, muchas de estas actividades también están presentes en el mundo digital. Si bien la investigación es limitada, hay juegos y aplicaciones interactivas que fomentan la imaginación colectiva.

Una preocupación sobre el consumo de medios por parte de los niños es que a los 8 años o menos por lo general los niños no pueden distinguir de manera segura la fantasía de la realidad y no pueden comprender motivos e intenciones complejos. Estudios de Cantor han demostrado cómo los niños de esta edad tienen miedo al ver imágenes que creen que son reales. Aunque estos resultados son preocupantes, también sabemos por la experiencia diaria que los niños tienen un sentido cada vez mayor de lo que es real y lo que no lo es desde una edad temprana. Cuando los padres les leen cuentos de hadas antes de acostarse, aunque puede haber un susto pasajero, pocos niños sufren daños a largo plazo o intentan las acrobacias que puedan aparecer en la historia. Pocos niños han saltado por las ventanas para imitar a Superman o Spiderman. La experiencia clínica nos muestra que los niños que han corrido riesgos graves provienen de hogares caóticos y, a menudo, abusivos o negligentes. Conocen la realidad y tratan de escapar de ella. La investigación no puede capturar fácilmente la interacción entre el niño en desarrollo y las miles de imágenes cada vez más complejas y confusas que ven a través de la televisión, las aplicaciones, los videojuegos, YouTube y las películas, algunas de las cuales son emocionantes, otras divertidas y otras el reflejo en vivo brutalmente realista de un evento horrible.

### **Parte 3: Cómo los niños y adolescentes en edad escolar perciben y utilizan los medios de comunicación**

Una encuesta nacional sobre el uso de los medios de comunicación por parte de los niños descubrió que los niños de 8 a 10 años experimentan casi 8 horas al día de exposición a los medios, y que los niños de 11 a 14 años pasan más tiempo con los medios que cualquier otro grupo de edad. Los niños adquieren rápidamente nueva información durante los primeros años escolares con una comprensión complementaria del tiempo y el movimiento, y una mayor comprensión de la causa y el efecto. Durante este tiempo, pasan del pensamiento concreto y el mundo de la imaginación al

pensamiento abstracto y la capacidad de comprender el pensamiento más complejo y, por lo tanto, una mayor capacidad para aprender de los medios electrónicos. También hay avances en sus habilidades académicas y sociales, desarrollo del vínculo con otras personas y desarrollo de amistades importantes. Los medios de entretenimiento comienzan a moldear la comprensión de los niños sobre las relaciones sociales y las expectativas sobre el comportamiento y la apariencia, pero el aprendizaje es limitado ya que no ocurre a través de las interacciones personales del niño. También existe una gran variabilidad de un niño a otro en cuanto a cómo procesan la información, particularmente en la fase temprana de esta etapa, desde los 6 a los 10 años, antes del desarrollo del pensamiento abstracto. Todo el desarrollo ocurre sobre el sustrato del temperamento y los rasgos innatos. Según lo establecido por Thomas et al., los niños llegan a este mundo con características y rasgos que persisten desde la niñez hasta la edad adulta. Algunos bebés son más fáciles de manejar y aprenden a autorregularse más rápidamente. Otros bebés se abruma con facilidad, reaccionan exageradamente a los estímulos y necesitan más tiempo para tranquilizarse. A medida que los bebés se convierten en niños pequeños, sus características de timidez, curiosidad natural y rápida exploración, e incluso agresividad, se vuelven más evidentes. Por lo tanto, el efecto de ver una película de terror en un niño tímido de 3 años o un niño tímido de 7 años podría ser bastante diferente del efecto en un niño de 3 años que ya muestra tendencias agresivas o en un niño de 7 años que tiene comportamientos atrevidos. Los investigadores de los medios han intentado tener en cuenta los rasgos, especialmente en el ámbito de la agresividad y la violencia. Algunos estudios han encontrado mayores efectos del contenido violento en los videojuegos para sujetos que puntúan alto en las medidas de rasgos de hostilidad o agresión; otros no. Se necesitan más estudios para ver cómo los rasgos o el temperamento de los niños podrían influir en los efectos de los medios. Los niños con rasgos de hostilidad y agresión pueden sentirse atraídos por actividades más violentas, ya sean deportes de contacto como el fútbol o la lucha libre, juegos más agresivos en el patio de la escuela o medios digitales más violentos. Y no está claro si jugar al fútbol o jugar a un videojuego violento es un refuerzo del comportamiento agresivo para algunos niños, o una "liberación" de esta agresividad que puede ser socialmente positiva para otros. Los datos de las investigaciones que describen factores de riesgo para grupos de niños no tienen en cuenta la variabilidad individual, las interacciones de los padres y ni otros factores que deberían formar parte de la toma de decisiones diaria de los padres.

#### **Parte 4: Contexto familiar y medios de comunicación**

Los niños estadounidenses crecen rodeados de una variedad aparentemente ilimitada de contenidos de medios. A partir de 2010, el hogar de un niño de 8 a 18 años contaba con un promedio de cuatro televisores, dos consolas de videojuegos, dos ordenadores y múltiples grabadoras / reproductores de vídeo y música. Los rápidos cambios en el

acceso a los medios se están produciendo dentro de un modelo familiar y una cultura que también están evolucionando rápidamente. Por ejemplo, cada vez se crían más niños desde el nacimiento hasta los 18 años en contextos de divorcio y nuevo matrimonio, de muerte de uno de los padres, de nacimientos fuera del matrimonio, de centros de acogida y de encarcelamiento, que niños que se crían en una familia nuclear tradicional de dos padres. (Durante 2016, el 65% de los niños menores de 18 años vivían con dos padres casados, frente al 77% en 1980).

Es difícil para los niños evitar la influencia de los medios de comunicación. Se enfrentan a las expectativas de sus compañeros para mantenerse al día en los eventos deportivos más recientes o el canal de YouTube más candente y las tendencias de moda relacionadas. Las redes sociales se han convertido quizás en el medio más común que utilizan los niños, adolescentes y adultos jóvenes para comunicarse entre sí. En esta era digital, es casi imposible encontrar a una persona joven (o adulta) que no esté enviando mensajes de texto o twitteando, usando FaceBook o aplicaciones como SnapChat o Instagram. Esta es la nueva tendencia. Los deberes escolares requieren búsquedas en Internet. Los grupos de amigos discuten sobre las últimas publicaciones en las redes sociales antes de que comience la jornada escolar. Los niños juegan entre sí con simuladores de deportes por video o se unen a un juego mundial en Internet.

Las noticias nacionales y locales a menudo se obtienen a través de las redes sociales o los medios de comunicación online en lugar de a través de periódicos y revistas tradicionales. La audiencia de noticias se ha dividido. Una encuesta del Pew Research Center de 2018 encontró que solo el 8% de los jóvenes de 18 a 29 años ve las noticias en la televisión, en comparación con el 49% de las personas de 65 años o más. Los tiempos han cambiado. Y están cambiando a un ritmo tan rápido que es difícil para los padres, cuidadores y abuelos mantenerse al día con el rápido desarrollo y aumento del uso de los medios.

¿Cuáles serían las políticas familiares razonables con respecto a los medios de comunicación? Los padres pueden sentirse tentados a prohibirlo todo, pensando: "No quiero que mis hijos estén expuestos a todas estas imágenes y sonidos que fluyen por internet. No quiero que su desarrollo sea influido o acelerado por los medios ". Pueden intentar restringir severamente el uso de teléfonos, tablets y aplicaciones. Sin embargo, incluso si uno pudiera tener éxito en ejercer el control necesario para limitar la exposición a los medios, ¿es este el enfoque que optimizaría el desarrollo de un niño? Limitar apropiadamente la autonomía y las relaciones con los compañeros es una buena crianza, al controlar el uso de sustancias, el comportamiento de las pandillas, la delincuencia o la protección de un niño menor de los padres irresponsables de un amigo o un compañero que es un matón. ¿Cómo puede llegar a ser el peligro de racionalizar la limitación de la trayectoria de desarrollo del niño hacia la autonomía y el libre flujo de

información entre compañeros y la preparación para la siguiente etapa de la vida, la escuela secundaria y la universidad? Sabemos que la prohibición y la censura no funcionan. De hecho, limitar el acceso a los mismos medios digitales que nosotros, como padres, usamos todos los días, sería pura hipocresía. La pregunta clave es cómo aprovechar el uso de los medios digitales para bien y no para mal, tanto nosotros como nuestros hijos. ¿Cómo podemos enfocar este control en un mundo totalmente entrelazado con los medios digitales?

También es tentador para un padre decir: “El caballo está fuera del establo. No tengo control sobre esto y lo van a ver y a escuchar sin importar lo que yo haga. Quiero que mi hijo tenga amigos y no se quede 'fuera'. Quiero gustarle a mi hijo. ¿Y quién tiene tiempo para todo este seguimiento?” Los padres pueden sentirse atrapados en el dilema de controlar excesivamente la vida de sus hijos o ceder el control a los vientos dominantes de nuestra cultura. En última instancia, cada padre debe decidir qué es lo mejor para su hijo basándose en el conocimiento de las fortalezas, debilidades o vulnerabilidades de ese niño en particular, y en el contexto de los valores familiares elegidos. Un buen comienzo sería pensar en la salud y la seguridad, y tomar decisiones como retirar los medios de comunicación de las habitaciones por la noche para preservar el tiempo de sueño y proteger la información personal.

Los enfoques y reglas de cada familia sobre la alfabetización mediática y la exposición deben ser compatibles con lo que hacen los padres para fomentar la autonomía en las otras áreas de la vida de su hijo. Los padres deberían evaluar la preparación, las fortalezas y las debilidades del niño; determinar el riesgo asociado a cada paso de su desarrollo; preparar al niño; proporcionar orientación; establecer reglas o límites; hacer frente a su propia ansiedad; y luego iniciar el siguiente paso. Por ejemplo, ¿el niño está listo para ir solo a la escuela? ¿Puede seguir el camino sin perderse? ¿Debería ir con un amigo? ¿Entiende el riesgo de salirse del camino o hablar con un extraño? ¿Puede seguir las reglas de seguridad vial? Un niño imprudente o impulsivo puede no estar listo y necesitar ser más mayor para aceptar con seguridad esta autonomía, mientras que un niño ansioso pero competente puede beneficiarse del estímulo para estar entre los primeros de la clase en lograr este hito. Para la mayoría de los niños de clase media en los Estados Unidos, ciertamente sería “más seguro” esperar el máximo tiempo o tal vez nunca permitir que un niño camine solo a la escuela. Y, sin embargo, si un niño está listo, muchos se correrán el riesgo; el acto de alejarse es una metáfora de crecer, ser digno de confianza y, en última instancia, ganar autoestima. Miles de estas pequeñas ganancias forman la base de la edad adulta productiva y la crianza generativa.

El mismo proceso de movimiento gradual hacia la autonomía, guiado por la participación de los padres, se aplica también a las decisiones en la utilización de los medios. Los niños se benefician, dada nuestra cultura y según el paso de desarrollo en el que estén,

de que haya alguna autoridad en la toma de decisiones sobre lo que ven en la televisión, lo que hacen para "relajarse", cómo equilibran el tiempo libre con la tarea, a qué videojuegos juegan y cómo utilizan los smartphones, las tablets e Internet. Los padres que viven en un vecindario seguro permiten que un niño de 6 años vaya solo a la escuela después de caminar inicialmente con él, pero no permiten que un niño vaya al centro en un autobús público. De manera similar, a esta edad temprana, a un niño se le permitiría ir a una película con clasificación G o quizás a una película PG, pero no a una película con clasificación PG-13 o R. Los padres establecen una gama de opciones aceptables y dejan que el niño haga algunas elecciones, los límites se establecen sopesando entre las ventajas de desarrollar la autonomía y los riesgos de las elecciones.

### **Parte 5: Comprensión del contenido de los medios**

La presencia generalizada de contenido violento o sexualmente inapropiado en los medios estadounidenses desafortunadamente ha creado un tono negativo general con respecto a su influencia en los niños y la vida familiar. Solo hay que mirar la programación de series en Netflix, HBO y otras redes para preocuparse por el impacto que tienen en nuestros hijos. A medida que los investigadores tratan de ayudar a los padres a manejar los riesgos potenciales del uso excesivo y no supervisado de los medios de comunicación, a menudo se descuidan las formas positivas en que se pueden utilizar los medios dentro de la familia. De hecho, la televisión puede unir a los miembros de la familia, tanto para la recreación compartida como para desencadenar debates relevantes. En el lado recreativo, animar a un equipo deportivo favorito o simplemente pasar tiempo juntos es especial y crea importantes recuerdos compartidos. En términos de construcción de carácter, apoyar a un equipo que no suele ganar, pero que sigue jugando duro y encarna el orgullo local, puede enseñar paciencia, manejo de la ira y tolerancia. En una nota más seria, la televisión puede proporcionar muchas horas de tiempo agradable a través de programas educativos, especialmente aquellos sobre historia, ciencia, pasatiempos o temas de actualidad relevantes para las familias. Luego ver programas de entretenimiento en familia también puede tener beneficios inesperados.

Por ejemplo, puede ser divertido ver una competición televisiva de talentos con un adolescente y comparar las calificaciones de los concursantes. Pero esta también es una oportunidad para discutir sobre expectativas poco realistas, la dependencia excesiva de las opiniones, la idolatrización de otras personas o sobre lidiar con la derrota. La discusión sobre las canciones que nos gustan puede llevar a una apreciación de la música que escuchan generaciones más jóvenes o mayores que de otra manera no se habrían escuchado. De manera similar, ver dramas y películas familiares ambientados en el pasado reciente puede llevar a búsquedas en Internet sobre la guerra

de Vietnam o el movimiento por los derechos civiles, y discusiones significativas sobre el uso de sustancias, el racismo, la sexualidad prematura y prematrimonial, el aborto, los padres que controlan en exceso o sobre el dolor, la ira y el perdón. En una encuesta nacional se mostró que uno de cada tres adolescentes de entre 15 y 17 años había tenido una discusión sobre un tema sexual con uno de los padres debido al contenido de la televisión. Así como aprenden el alfabeto o la gramática, los niños en los grados de primaria pueden comenzar a comprender los aspectos técnicos y de contenido de la televisión y las películas. También se les puede facilitar un conocimiento más técnico sobre el funcionamiento electrónico de los televisores, explicado a través de libros interesantes (p. Ej., *The Way Things Work Now*), programas y sitios web (p. Ej., [HowStuffWorks.com](http://HowStuffWorks.com)). También deberíamos explicarles el aspecto comercial de la televisión, incluida la forma en que las empresas pagan los programas vendiendo sus productos a través de la publicidad. Los niños también pueden aprender sobre los diferentes tipos de programas (comedias, dramas, noticias, documentales, etc.) y cómo distinguir lo "real" de lo imaginario. Finalmente, los padres pueden describir los aspectos técnicos de la producción de un programa, desde el casting de actores y la realización de vestuario y decorados hasta los ángulos de cámara y los efectos especiales. Los padres pueden buscar programas de televisión y sitios web que exploren temas como estos.

A medida que los niños crecen, son más capaces de comprender aspectos más sutiles del contenido de los programas, como tramas, temas y escenarios históricos o geográficos, y cómo estos se combinan con elementos técnicos para influir en cómo nos hace sentir cada programa. También pueden explorar las motivaciones de los comportamientos de los personajes (desde las relaciones interpersonales hasta el uso de sustancias) y aspectos de su apariencia (como la ropa o el peso) e identificar estereotipos comunes, quizás dañinos (como la representación de abuelos, científicos o "locos").

Si bien muchos padres tiemblan ante una serie como "Por trece razones", que se centra en una descripción muy exagerada de los factores de estrés de la escuela secundaria que conducen al suicidio de una niña, plantea cuestiones importantes sobre el acoso, el uso indebido de drogas y alcohol y la agresión sexual. Este tipo de temas se discuten abiertamente entre nuestros estudiantes de secundaria. Sabemos que mientras muchos adolescentes ven estos contenidos en exceso, pocos padres los ven con ellos. Es posible que algunos contenidos de televisión sean incómodos de ver con un adolescente, pero es probable que estas mismas escenas sean vistas por ellos con otros compañeros en sus casas o en el cine, sin ningún adulto cerca para ayudar a poner los comportamientos y sentimientos en contexto. La discusión de estos temas sin estas series o programas como base facilitadora sería difícil en el mejor de los casos y es muy poco probable que ocurra.

Este tipo de preguntas pueden formar el fundamento de las discusiones con los niños mayores mientras ven juntos videos de televisión e Internet:

- ¿Quién creó este contenido y por qué lo comparte? ¿Quién lo posee y se beneficia de él?
- ¿Qué técnicas y cuestiones se utilizan para atraer y mantener la atención?
- ¿Qué estilos de vida, valores y puntos de vista están representados en este contenido?
- ¿Qué (o quién) no aparece en este contenido? ¿Por qué se omitió?
- ¿Cómo podrían diferentes personas interpretar este contenido?

A medida que los niños comienzan a dominar el pensamiento abstracto y pueden explorar más contenidos por sí mismos, es importante hablar sobre la credibilidad del contenido de Internet y cómo determinar la calidad o los sesgos de lo que encuentran. La diversificación de los medios de comunicación y el aumento del uso de las redes sociales implica que los niños también necesitan orientación para juzgar la credibilidad y los posibles sesgos de las fuentes de noticias. Un estudio de Stanford encontró que el 82% de los estudiantes de secundaria confunden "contenido patrocinado" online (anuncios) y noticias reales. Hay un recurso educativo online que está disponible junto con ese estudio para enseñar a los adolescentes cómo evaluar los sitios web de noticias y las afirmaciones en las redes sociales. Los padres deben ser conscientes de su propio comportamiento. Una investigación reciente sobre niños de 12 a 17 años y sus padres encontró que los adolescentes tienden a imitar el comportamiento de consumo de noticias de sus padres; es decir, reflejan lo que hacen los padres, no lo que estos les recomiendan. La experiencia con Internet no debe verse únicamente a través de la lente de la reducción de daños. Si bien existe un riesgo real de exposición no deseada a material con clasificación X o solicitudes de extraños, cuando se sopesa este riesgo potencial frente a las ganancias de autonomía, acceso a la información y comunicación con un grupo de amigos, los beneficios superan en gran medida el riesgo siempre que los padres hayan evaluado el grado de autonomía que su hijo está listo para tener y hayan discutido los pros y los contras de los comportamientos en internet. Estos comportamientos incluyen no dar información personal como números de teléfono, números de cuenta y contraseñas; reconocer que las cosas "gratuitas" (juegos, tonos de llamada, contenido especial) pueden venir acompañadas de malware o solicitudes de información a cambio; y la importancia de usar contraseñas seguras. Todos estos riesgos mediáticos ocurren en el hogar, donde hay oportunidades para escuchar, observar (con suavidad y a distancia), explicar y reevaluar. La clave para la alfabetización mediática es la participación continua de los padres adaptándose al nivel de desarrollo del niño, con un movimiento gradual hacia una mayor autonomía a medida que el niño madura.

## Parte 6: La familia controladora. Dificultades en las relaciones con los compañeros

Algunas familias están sobrecargadas en términos de trabajo, horarios diarios, expectativas y búsqueda del éxito. Cualquier momento centrado en una actividad, ya sea individual o grupal, tiene que ser productivo o un paso hacia una actividad "útil" más adelante. Incluso la diversión se define como una lección o práctica que forma parte del progreso. Estas familias son bastante resistentes a cualquier "tiempo de inactividad" o "diversión sin sentido". A menudo, los niños de estas familias, si se les da un poco de permiso, fácilmente identifican los medios de comunicación (televisión, Internet, videojuegos o películas) como una oportunidad para tomarse un tiempo libre o sentirse más en sintonía con sus compañeros. Estos niños afirman que sus padres nunca les permitirían ver ciertos programas de televisión, ni siquiera con ellos. Estos padres asumen una especie de estatus de élite en su condena general de prácticamente todos los medios de comunicación.

Estas circunstancias pueden requerir una receta familiar que exija una hora regular de diversión sin sentido viendo una comedia o drama para alentar un ligero cambio en las expectativas o la intensidad del esfuerzo. A veces las familias han rechazado esta única hora como el comienzo de un declive moral, mientras que otras han descubierto una serie o un videojuego que ha tenido un efecto positivo. (A menudo es un beneficio adicional que el niño sea el tutor del padre en un videojuego, revirtiendo el patrón común de la familia controladora de padres que constantemente enseñan y dan lecciones a los niños).

Algunos niños tienen dificultades en las relaciones con sus compañeros y necesitan cierta estructura para facilitar el tiempo que pasan con amigos. A menudo, esta estructura puede ser una actividad como formar parte de un equipo deportivo, una banda o un grupo scout. Algunos niños no participan en actividades de grupo, y los medios de comunicación pueden cumplir una función de puente. De hecho, para algunos niños aislados o con deficiencias en las habilidades sociales, enviar mensajes de texto (y evitar el contacto visual y la interacción no verbal) puede ser muy útil para desarrollar relaciones con sus compañeros. Ir al cine es una de las actividades más cómodas para estos niños, al igual que ver la televisión o jugar a videojuegos. Los niños que tienden a estar incómodos socialmente pueden dominar ciertos videojuegos y ganar estatus al enseñar a otros. Invitar a un amigo potencial a la última versión de un juego puede resultar seguro para ellos y facilitar una relación.

Los niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) suelen engancharse especialmente a los medios de comunicación, como la televisión, los videojuegos y los ordenadores. Muchos de estos niños encuentran la escuela estresante, exigente e incluso llevan un plan de tratamiento personalizado, que no apoya mucho su autoestima. Llegar a casa de la escuela y comenzar inmediatamente con los deberes puede ser abrumador. Los niños con TDAH parecen beneficiarse de

realizar alguna actividad después de la escuela, especialmente un deporte, y un poco de "tiempo libre" viendo un programa de televisión como una transición a la tarea o como un descanso. Los juegos electrónicos e Internet se sienten como benévolos, se pueden reiniciar, encender y apagar, y no critican. El niño tiene el control, los errores son privados y reversibles, y siempre hay otra oportunidad. Algunos niños con TDAH son muy adictos a los videojuegos y al uso de ordenadores, que pueden proporcionar una fuente de autoestima muy valiosa. La investigación sugiere que el uso sensato de los juegos interactivos puede mejorar tanto las relaciones sociales como el aprendizaje de los niños con TDAH.

Los niños con retraso en el desarrollo a menudo usan los medios de comunicación de manera similar a los niños con TDAH. La televisión, los videos y los juegos de computadora pueden ocupar una gran cantidad de tiempo, llenando el vacío del contacto social. Sin embargo, esta población corre el riesgo de tener dificultades para distinguir el mundo imaginario del mundo real. Algunos niños, en particular, imitarán lo que han visto y escuchado en un contexto social inadecuado y, por lo tanto, se pondrán potencialmente en riesgo. Un ejemplo de esto es el joven adolescente con Asperger que ve el programa de Comedy Central "South Park", al día siguiente va al colegio y llama a otro estudiante por el nombre que se usa en el programa. Los principios rectores para los padres con niños con retraso en el desarrollo son ser conscientes de la incapacidad de sus hijos para distinguir la imaginación de la realidad y la tendencia a imitar lo que ven o escuchan de maneras socialmente inapropiadas. Los niños con retraso en el desarrollo pueden tener problemas en estas áreas durante la adolescencia y más allá; los padres deben considerar la edad de desarrollo de su hijo versus la edad cronológica al usar los sistemas de clasificación de medios basados en la edad.